

Согласовано: \_\_\_\_\_ Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_ Директор \_\_\_\_\_  
 МОУ "Серебрянская СОШ" \_\_\_\_\_ И.А. Смирнов И.А.  
 (подпись) \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**


« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

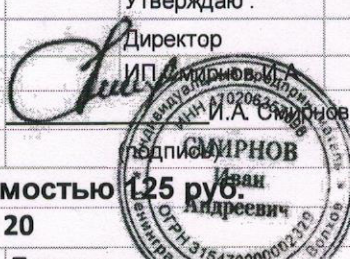
День 5: \_\_\_\_\_ Пятница  
 Неделя: \_\_\_\_\_ первая  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 7-11 лет

| Сборник рецептур                   | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------------------------|--|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                    |                         |  |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                               | 214                     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 200          | 29,39         | 16,3             | 17,6         | 48,9          | 431,0                         |
| 2008                               | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 190/10       | 2,50          | 0,0              | 0,0          | 9,2           | 37,7                          |
| 2008                               |                         | БАТОН  | 20           | 2,00          | 1,5              | 0,6          | 10,3          | 54,0                          |
| 2008                               |                         | ЯБЛОКО   | 100          | 12,00         | 0,5              | 0,5          | 11,8          | 55,1                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |  | <b>510</b>   | <b>45,89</b>  | <b>18,3</b>      | <b>18,7</b>  | <b>80,2</b>   | <b>577,8</b>                  |
| <b>ЗАВТРАК II</b>                  |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
|                                    |                         | МОЛОКО   | 200          | 14,80         | 3,0              | 3,2          | 5,9           | 66,3                          |
|                                    |                         | ПЕЧЕНЬЕ  | 20           | 4,16          | 0,6              | 1,3          | 9,0           | 51,5                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |  | <b>220</b>   | <b>18,96</b>  | <b>3,60</b>      | <b>4,50</b>  | <b>14,90</b>  | <b>117,70</b>                 |
| <b>ОБЕД</b>                        |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2011                               | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                      | 60           | 7,95          | 1,0              | 1,9          | 3,8           | 37,4                          |
| 2012                               | 77                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ                         | 250/25       | 17,54         | 7,2              | 2,8          | 32,6          | 189,2                         |
| 2008                               | 272                     | КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ                             | 100          | 36,79         | 11,0             | 15,8         | 14,9          | 253,1                         |
| 2011                               | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150          | 7,49          | 3,6              | 2,9          | 37,7          | 196,3                         |
| 2011                               | 349                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180          | 3,68          | 0,0              | 0,0          | 9,7           | 39,8                          |
| 2008                               |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20           | 1,50          | 1,3              | 0,2          | 8,5           | 42,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |  | <b>715</b>   | <b>74,95</b>  | <b>24,1</b>      | <b>23,6</b>  | <b>107,2</b>  | <b>757,8</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>              |                         |  |              | <b>139,80</b> | <b>46,00</b>     | <b>46,80</b> | <b>202,30</b> | <b>1453,27</b>                |
| <b>Среднее значение за период:</b> |                         |  |              | <b>0,00</b>   | <b>23,00</b>     | <b>23,40</b> | <b>101,15</b> | <b>726,64</b>                 |

| Сборник рецептур                   | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------------------------|---|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                    |                         |   |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                               | 189                     | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250          | 16,24         | 8,9              | 12,7         | 37,7          | 309,2                         |
| 2008                               | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 190/10       | 2,50          | 0,0              | 0,0          | 9,2           | 37,7                          |
| 2008                               |                         | БАТОН   | 20           | 2,00          | 1,5              | 0,6          | 10,3          | 54,0                          |
| 2011                               | 209                     | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                   | 40           | 12,00         | 5,6              | 3,1          | 0,3           | 53,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |   | <b>550</b>   | <b>32,74</b>  | <b>16,0</b>      | <b>16,4</b>  | <b>57,5</b>   | <b>453,9</b>                  |
| <b>ЗАВТРАК II</b>                  |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
|                                    |                         | МОЛОКО  | 200          | 14,80         | 3,0              | 3,2          | 5,9           | 66,3                          |
|                                    |                         | ПЕЧЕНЬЕ   | 20           | 4,16          | 0,6              | 1,3          | 9,0           | 51,5                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |   | <b>220</b>   | <b>18,96</b>  | <b>3,60</b>      | <b>4,50</b>  | <b>14,90</b>  | <b>117,70</b>                 |
| <b>ОБЕД</b>                        |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2011                               | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                       | 60           | 7,95          | 1,0              | 1,9          | 3,8           | 37,4                          |
| 2012                               | 77                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ                          | 250/25       | 17,54         | 7,2              | 2,8          | 32,6          | 189,2                         |
| 2011                               | 260                     | ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ                                | 100          | 46,86         | 5,6              | 14,3         | 5,1           | 176,9                         |
| 2008                               | 323                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 150/5        | 10,57         | 8,4              | 4,2          | 38,2          | 230,1                         |
| 2011                               | 349                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 180          | 3,68          | 0,0              | 0,0          | 9,7           | 39,8                          |
| 2008                               |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20           | 1,50          | 1,3              | 0,2          | 8,5           | 42,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |   | <b>715</b>   | <b>88,10</b>  | <b>23,5</b>      | <b>23,4</b>  | <b>97,9</b>   | <b>715,4</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>              |                         |   |              | <b>139,80</b> | <b>43,10</b>     | <b>44,30</b> | <b>170,30</b> | <b>1286,93</b>                |
| <b>Среднее значение за период:</b> |                         |   |              | <b>0,00</b>   | <b>21,55</b>     | <b>22,15</b> | <b>85,15</b>  | <b>643,47</b>                 |



Согласовано:  Директор  
 МОУ "Серебрянская СОШ" Е.А. Фролова (подпись)

Утверждаю:  Директор  
 ИП Смирнов И.А. Смирнов (подпись)

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

День 5: \_\_\_\_\_ Пятница  
 Неделя: \_\_\_\_\_ первая  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 12 лет и старше

| Сборник рецептов                   | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                    |                         |                                      |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                         |                                      |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                               | 214                     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                    | 200          | 29,39         | 16,3             | 17,6         | 48,9          | 431,0                         |
| 2008                               | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 190/10       | 2,50          | 0,0              | 0,0          | 9,2           | 37,7                          |
| 2008                               |                         | БАТОН                                | 30           | 2,00          | 2,3              | 0,9          | 15,4          | 80,9                          |
| 2008                               |                         | ЯБЛОКО                               | 120          | 12,00         | 0,5              | 0,5          | 11,8          | 55,1                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |                                      | <b>550</b>   | <b>45,89</b>  | <b>19,1</b>      | <b>19,0</b>  | <b>85,3</b>   | <b>604,7</b>                  |
| <b>ОБЕД</b>                        |                         |                                      |              |               |                  |              |               |                               |
| 2011                               | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ            | 100          | 13,25         | 2,6              | 5,1          | 8,2           | 91,7                          |
| 2012                               | 77                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ               | 250/15       | 14,92         | 7,2              | 2,8          | 32,6          | 189,2                         |
| 2008                               | 272                     | КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ                   | 100          | 36,79         | 11,0             | 15,8         | 14,9          | 253,1                         |
| 2011                               | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180          | 8,97          | 6,8              | 7,1          | 45,2          | 279,2                         |
| 2011                               | 349                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 180          | 3,68          | 0,0              | 0,0          | 9,7           | 39,8                          |
| 2008                               |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 1,50          | 1,3              | 0,2          | 8,5           | 42,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |                                      | <b>840</b>   | <b>79,11</b>  | <b>28,9</b>      | <b>31,0</b>  | <b>119,1</b>  | <b>895,1</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>              |                         |                                      |              | <b>125,00</b> | <b>48,0</b>      | <b>50,0</b>  | <b>204,4</b>  | <b>1 499,8</b>                |
| <b>Среднее значение за период:</b> |                         |                                      |              | <b>0,00</b>   | <b>24,00</b>     | <b>25,00</b> | <b>102,20</b> | <b>749,92</b>                 |

| Сборник рецептов                   | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------------------------|---|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                    |                         |   |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                               | 189                     | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250          | 16,24         | 8,9              | 12,7         | 37,7          | 309,2                         |
| 2008                               | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 190/10       | 2,50          | 0,0              | 0,0          | 9,2           | 37,7                          |
| 2008                               |                         | БАТОН   | 20           | 2,00          | 1,5              | 0,6          | 10,3          | 54,0                          |
| 2011                               | 209                     | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                   | 40           | 12,00         | 5,6              | 3,1          | 0,3           | 53,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |   | <b>510</b>   | <b>32,74</b>  | <b>16,0</b>      | <b>16,4</b>  | <b>57,5</b>   | <b>453,9</b>                  |
| <b>ОБЕД</b>                        |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2011                               | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                       | 100          | 13,25         | 2,6              | 5,1          | 8,2           | 91,7                          |
| 2012                               | 77                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ                          | 250/15       | 14,92         | 7,2              | 2,8          | 32,6          | 189,2                         |
| 2011                               | 260                     | ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ                                | 100          | 46,86         | 5,6              | 14,3         | 5,1           | 176,9                         |
| 2008                               | 323                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 180          | 11,33         | 10,60            | 6,20         | 51,00         | 310,2                         |
| 2011                               | 349                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 180          | 3,68          | 0,0              | 0,0          | 9,7           | 39,8                          |
| 2008                               |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20           | 2,22          | 1,3              | 0,2          | 8,5           | 42,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |                         |   | <b>830</b>   | <b>92,26</b>  | <b>27,3</b>      | <b>28,6</b>  | <b>115,1</b>  | <b>849,8</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>              |                         |   |              | <b>125,00</b> | <b>43,30</b>     | <b>45,00</b> | <b>172,60</b> | <b>1303,69</b>                |
| <b>Среднее значение за период:</b> |                         |   |              | <b>0,00</b>   | <b>21,65</b>     | <b>22,50</b> | <b>86,30</b>  | <b>651,85</b>                 |